

СОВРЕМЕННЫЕ ТЕНДЕНЦИИ В РЕАЛИЗАЦИИ СПОРТИВНОГО ПОТЕНЦИАЛА ПРЫГУНИЙ В ДЛИНУ ЮНИОРСКОЙ ВОЗРАСТНОЙ ГРУППЫ

О.В. Анпилогова

Полесский государственный университет, Беларусь

Введение. В прыжковых видах легкой атлетики в последнее время наметился регресс результатов победителей официальных соревнований. Мировые рекорды у мужчин и женщин в семи прыжковых дисциплинах из восьми установлены в период с 1987 – 1995 гг. Специалисты указывают на некоторое снижение уровня результатов в горизонтальных прыжках в среднем на 2,5–3,5% за последние 10–15 лет. Наиболее сильно данная тенденция проявляется в странах СНГ и в Российской Федерации, где уровень конкуренции снизился на 64% всего за 25 лет, в то время как для спортсменов мировой десятки за аналогичный период данный показатель возрос на 17% [1,3].

Снижение уровня результативности специалисты объясняют рядом причин, среди которых наиболее значимыми считают коммерциализацию спорта высших достижений и как следствие изменение периодизации годового цикла, что не позволяет качественно подготовиться к главным официальным стартам сезона и усиление допинг-контроля не позволяющее спортсменам употреблять различного рода препараты, которые еще не так давно не входили в список запрещенных [1–3].

Методы исследования. Заявленные причины побуждают специалистов к поиску новых методик тренировок и уточнению методических положений технической и специальной физической подготовки спортсменов высокого класса. Однако накопленный передовой опыт отечественного и зарубежного спорта свидетельствует о существовании зависимости результативности соревновательной деятельности на этапе высшего спортивного мастерства от эффективности построения тренировочного процесса юных спортсменов на этапах предварительной, базовой и углубленной спортивной подготовки [2,4].

Известно, что интегральным показателем эффективности методики организации тренировочного процесса является спортивный результат, показанный на главных стартах сезона. Исходя из этого, нами были проанализированы результаты выступления у 90 прыгуний в длину 1989–1992 годов рождения в период с 2008 по 2011 года на Чемпионатах и Первенствах России.

Результаты и их обсуждение. В результате анализа фактического материала было установлено, что регулярно участвуют в главных стартах сезона только 24,4% спортсменок, при этом улучшение результатов наблюдается у 40,9% от этого числа прыгуний, стабилизация результатов характерна для 31,8% занимающихся, а у остальных наблюдается регресс спортивного результата. Другой немаловажной особенностью является тот факт, что среди девушек данной возрастной группы 67,8% заявлялись с разрядом КМС, однако только 12,2% из них подтверждали, а 4,4% улучшали этот норматив. Следует отметить, что закрепиться в составе сборной команды при переходе во взрослую категорию удалось только одной спортсменке (Д.Клишина).

Можно полагать, что одной из причин наметившейся негативной тенденции реализации спортивного потенциала юниорок и слабая преобладанность соревновательных результатов при переходе в более старшую возрастную категорию являются существенные недостатки в построении тренировочного процесса юных прыгуний в длину.

Выводы. В связи с этим исследование вопросов организации тренировочного процесса прыгуний различной квалификации, позволит наметить пути оптимизации тренировочного процесса и исключить возможность интенсификации тренировочного процесса приводящей к преждевременному выполнению нормативов КМС и МС с последующим снижением результатов.

Литература:

1. Косихин В.П. Система управления специальной физической и технической подготовкой высококвалифицированных легкоатлетов–прыгунов: автореф. дис. ... д–ра пед. наук / В.П. Косихин. – Майкоп, 201. – 47 с.
2. Куликов, Л.М. Управление спортивной тренировкой: системность, адаптация, здоровье / Л.М. Куликов, В.В. Рыбаков // Теория и практика физической культуры. – 1997. – №7. – С. 20–22.
3. Огаджанов А.Л. Управление подготовкой квалифицированных легкоатлетов–прыгунов: монография / А.Л. Огаджанов – М.: Физическая культура, 2005. – 200 с.
4. Попов В.Б. Прыжок в длину: многолетняя подготовка / В.Б. Попов. – М.: Терра спорт. – 2001. – 187 с.